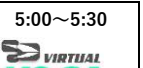
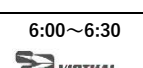
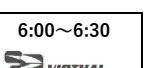
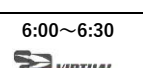
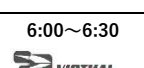
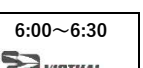
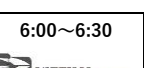
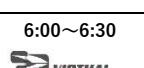
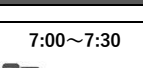
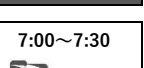
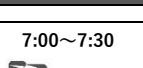
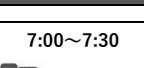
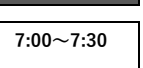
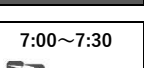
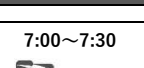
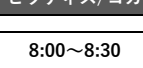
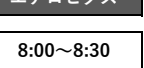
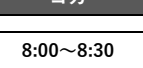
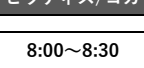
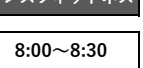
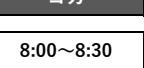
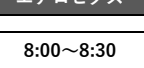
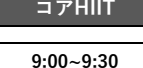
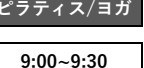
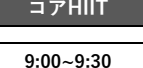
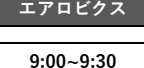
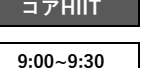
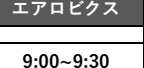
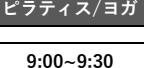
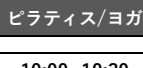
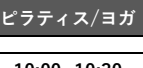
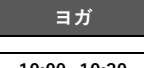
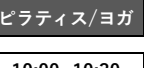
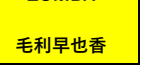


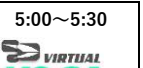
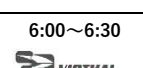
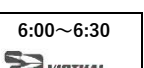
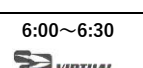
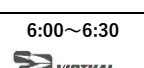
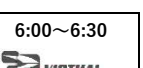
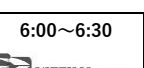
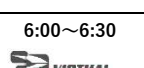
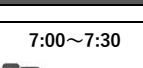
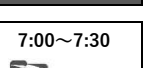
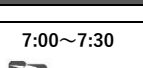
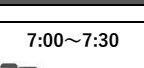
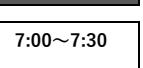
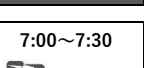
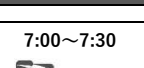
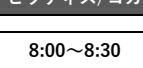
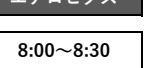
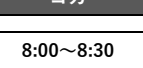
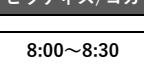
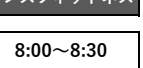
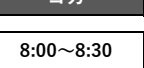
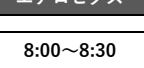
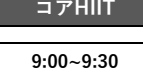
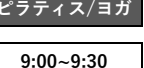
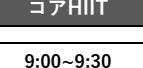
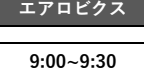
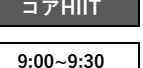
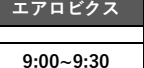
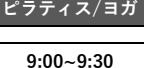
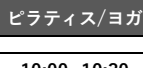
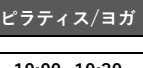
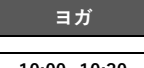
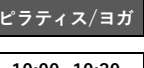
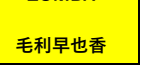
	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
0:00	00:00~00:30  ピラティス/ヨガ	00:00~00:30  ヨガ	00:00~00:30  コアHIIT	00:00~00:30  ピラティス/ヨガ	00:00~00:30  ヨガ	00:00~00:30  キックボクシング	00:00~00:30  ヨガ
1:00	1:00~1:30  エアロビクス	1:00~1:30  キックボクシング	1:00~1:30  ヨガ	1:00~1:30  ダンスフィットネス	1:00~1:30  キックボクシング	1:00~1:30  ダンスフィットネス	1:00~1:30  ピラティス/ヨガ
2:00	2:00~2:30  究極HIIT	2:00~2:30  コアHIIT	2:00~2:30  ピラティス/ヨガ	2:00~2:30  コアHIIT	2:00~2:30  究極HIIT	2:00~2:30  ヨガ	2:00~2:30  キックボクシング
3:00	3:00~3:30  ヨガ	3:00~3:30  ダンスフィットネス	3:00~3:30  キックボクシング	3:00~3:30  ヨガ	3:00~3:30  ピラティス/ヨガ	3:00~3:30  究極HIIT	3:00~3:30  究極HIIT
4:00	4:00~4:30  キックボクシング	4:00~4:30  究極HIIT	4:00~4:30  究極HIIT	4:00~4:30  エアロビクス	4:00~4:30  コアHIIT	4:00~4:30  キックボクシング	4:00~4:30  ピラティス/ヨガ
5:00	5:00~5:30  ダンスフィットネス	5:00~5:30  ピラティス/ヨガ	5:00~5:30  ヨガ	5:00~5:30  究極HIIT	5:00~5:30  ヨガ	5:00~5:30  コアHIIT	5:00~5:30  ヨガ
6:00	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  エアロビクス	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  ピラティス/ヨガ	6:00~6:30  ヨガ
7:00	7:00~7:30  ピラティス/ヨガ	7:00~7:30  エアロビクス	7:00~7:30  ヨガ	7:00~7:30  ピラティス/ヨガ	7:00~7:30  ダンスフィットネス	7:00~7:30  ヨガ	7:00~7:30  エアロビクス
8:00	8:00~8:30  コアHIIT	8:00~8:30  ピラティス/ヨガ	8:00~8:30  コアHIIT	8:00~8:30  エアロビクス	8:00~8:30  コアHIIT	8:00~8:30  エアロビクス	8:00~8:30  ピラティス/ヨガ
9:00	9:00~9:30  ピラティス/ヨガ	9:00~9:30  ダンスフィットネス	9:00~9:30  ピラティス/ヨガ	9:00~9:30  ヨガ	9:00~9:30  エアロビクス	9:00~9:30  ピラティス/ヨガ	9:00~9:30  コアHIIT
10:00	10:00~10:30  ダンスフィットネス	10:00~10:45 美尻・美骨盤・美脚・無 駄肉落としワークアウト 打田郁恵	10:00~10:30  キックボクシング	10:00~10:30  究極HIIT	10:15~11:00 ヨガ 毛利早也香	10:00~10:30  キックボクシング	10:00~10:45 ピラティス 高橋純一
11:00	11:00~11:30  ヨガ	10:50~11:35 リンパヨガ 打田郁恵	11:00~11:30  ダンスフィットネス	11:00~11:30  キックボクシング	11:15~12:00 ZUMBA 毛利早也香	11:00~11:30  トランポリン	11:00~11:45 ZUMBA 高橋純一
12:00	12:00~12:30  エアロビクス	12:00~12:30  キックボクシング	12:00~12:30  ピラティス/ヨガ	12:00~12:30  ダンスフィットネス	12:00~12:30  ピラティス/ヨガ	12:00~12:30  ダンスフィットネス	12:00~12:30  エアロビクス

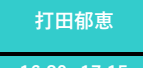
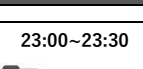
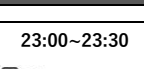
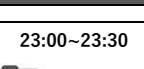
13:00	13:00~13:30  キックボクシング	13:00~13:30  ダンスフィットネス	13:00~13:30  ヨガ	13:00~13:30  トランポリン	13:00~13:30  キックボクシング	13:00~13:30  エアロビクス	13:00~13:30  トランポリン
14:00	14:00~14:30  究極HIIT	14:00~14:30  トランポリン	14:00~14:30  究極HIIT	14:00~14:30  ピラティス/ヨガ	14:00~14:30  ダンスフィットネス	14:00~14:45 ボクササイズ 新出恭平	14:00~14:30  キックボクシング
15:00	15:00~15:30  トランポリン	15:00~15:30  エアロビクス	15:00~15:30  コアHIIT	15:00~15:30 休講 15:40~16:25 美尻・美骨盤・美脚・無 駄肉落とレワークアウト 打田郁恵 16:30~17:15 リラックスヨガ 打田郁恵	15:00~15:30  トランポリン	15:00~15:45 style up fit 新出恭平	15:00~15:30  ダンスフィットネス
16:00	16:00~16:30  キックボクシング	16:00~16:30  ヨガ	16:00~16:30  ダンスフィットネス	16:00~16:30  ピラティス/ヨガ	16:00~16:30  キックボクシング	16:00~16:30  キックボクシング	16:00~16:30  コアHIIT
17:00	17:00~17:30  ダンスフィットネス	17:00~17:30  ダンスフィットネス	17:00~17:30  究極HIIT	17:00~17:30  究極HIIT	17:00~17:30  究極HIIT	17:00~17:30  エアロビクス	17:00~17:30  ヨガ
18:00	18:00~18:30  コアHIIT	18:00~18:30  究極HIIT	18:00~18:30  トランポリン	18:00~18:30  ピラティス/ヨガ	18:00~18:30  エアロビクス	18:00~18:30  トランポリン	18:00~18:30  究極HIIT
19:00	18:40~19:10 整道	19:00~19:30  トランポリン	18:40~19:10 BALANCE	19:00~19:45 ZUMBA hirona	18:40~19:10 整道	19:00~19:30  ダンスフィットネス	19:00~19:30  トランポリン
20:00	19:25~19:55 シェイプ	20:00~20:30  ダンスフィットネス	19:25~19:55 ファイト	20:00~20:45 ボディメイク&ヨガ hirona	19:25~19:55 シェイプ	20:00~20:30  トランポリン	20:00~20:30  ダンスフィットネス
21:00	20:10~20:40 ファイト	21:00~21:30  トランポリン	20:10~20:40 ウエストシェイプ	21:00~21:45 滝汗!! ファット バーンシェイプ 高橋純一	20:10~20:40 ファイト	21:00~21:30  エアロビクス	21:00~21:30  トランポリン
22:00	20:50~21:20 整道 MASATO	22:00~22:30  エアロビクス	20:50~21:20 整道 MASATO	22:00~22:30  キックボクシング	22:00~22:30  究極HIIT	22:00~22:30  キックボクシング	22:00~22:30  キックボクシング
23:00	22:00~22:30  ダンスフィットネス	23:00~23:30  キックボクシング	23:00~23:30  ダンスフィットネス	23:00~23:30  コアHIIT	23:00~23:30  ピラティス/ヨガ	23:00~23:30  ヨガ	23:00~23:30  ヨガ

【お知らせ】

FIT-AERO



	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday	Sunday
0:00	00:00~00:30  ピラティス/ヨガ	00:00~00:30  ヨガ	00:00~00:30  コアHIIT	00:00~00:30  ピラティス/ヨガ	00:00~00:30  ヨガ	00:00~00:30  キックボクシング	00:00~00:30  ヨガ
1:00	1:00~1:30  エアロビクス	1:00~1:30  キックボクシング	1:00~1:30  ヨガ	1:00~1:30  ダンスフィットネス	1:00~1:30  キックボクシング	1:00~1:30  ダンスフィットネス	1:00~1:30  ピラティス/ヨガ
2:00	2:00~2:30  究極HIIT	2:00~2:30  コアHIIT	2:00~2:30  ピラティス/ヨガ	2:00~2:30  コアHIIT	2:00~2:30  究極HIIT	2:00~2:30  ヨガ	2:00~2:30  キックボクシング
3:00	3:00~3:30  ヨガ	3:00~3:30  ダンスフィットネス	3:00~3:30  キックボクシング	3:00~3:30  ヨガ	3:00~3:30  ピラティス/ヨガ	3:00~3:30  究極HIIT	3:00~3:30  究極HIIT
4:00	4:00~4:30  キックボクシング	4:00~4:30  究極HIIT	4:00~4:30  究極HIIT	4:00~4:30  エアロビクス	4:00~4:30  コアHIIT	4:00~4:30  キックボクシング	4:00~4:30  ピラティス/ヨガ
5:00	5:00~5:30  ダンスフィットネス	5:00~5:30  ピラティス/ヨガ	5:00~5:30  ヨガ	5:00~5:30  究極HIIT	5:00~5:30  ヨガ	5:00~5:30  コアHIIT	5:00~5:30  ヨガ
6:00	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  エアロビクス	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  ヨガ	6:00~6:30  ピラティス/ヨガ	6:00~6:30  ヨガ
7:00	7:00~7:30  ピラティス/ヨガ	7:00~7:30  エアロビクス	7:00~7:30  ヨガ	7:00~7:30  ピラティス/ヨガ	7:00~7:30  ダンスフィットネス	7:00~7:30  ヨガ	7:00~7:30  エアロビクス
8:00	8:00~8:30  コアHIIT	8:00~8:30  ピラティス/ヨガ	8:00~8:30  コアHIIT	8:00~8:30  エアロビクス	8:00~8:30  コアHIIT	8:00~8:30  エアロビクス	8:00~8:30  ピラティス/ヨガ
9:00	9:00~9:30  ピラティス/ヨガ	9:00~9:30  ダンスフィットネス	9:00~9:30  ピラティス/ヨガ	9:00~9:30  ヨガ	9:00~9:30  エアロビクス	9:00~9:30  ピラティス/ヨガ	9:00~9:30  コアHIIT
10:00	10:00~10:30  ダンスフィットネス	10:00~10:45 美尻・美骨盤・美脚・無 駄肉落としワークアウト 打田郁恵	10:00~10:30  キックボクシング	10:00~10:30  究極HIIT	10:15~11:00 ヨガ 毛利早也香	10:00~10:30  キックボクシング	10:00~10:45 ピラティス 高橋純一
11:00	11:00~11:30  ヨガ	10:50~11:35 リンパヨガ 打田郁恵	11:00~11:30  ダンスフィットネス	11:00~11:30  キックボクシング	11:15~12:00 ZUMBA 毛利早也香	11:00~11:30  トランポリン	11:00~11:45 ZUMBA 高橋純一
12:00	12:00~12:30  エアロビクス	12:00~12:30  キックボクシング	12:00~12:30  ピラティス/ヨガ	12:00~12:30  ダンスフィットネス	12:00~12:30  ピラティス/ヨガ	12:00~12:30  ダンスフィットネス	12:00~12:30  エアロビクス

13:00	13:00~13:30  キックボクシング	13:00~13:30  ダンスフィットネス	13:00~13:30  ヨガ	13:00~13:30  トランポリン	13:00~13:30  キックボクシング	13:00~13:30  エアロビクス	13:00~13:30  トランポリン
14:00	14:00~14:30  究極HIIT	14:00~14:30  トランポリン	14:00~14:30  究極HIIT	14:00~14:30  ピラティス/ヨガ	14:00~14:30  ダンスフィットネス	14:00~14:45 ボクササイズ 新出恭平	14:00~14:30  キックボクシング
15:00	15:00~15:30  トランポリン	15:00~15:30  エアロビクス	15:00~15:30  コアHIIT	15:00~15:30 休講 15:40~16:25 美尻・美骨盤・美脚・無 駄肉落とレワークアウト 打田郁恵 16:30~17:15 リラックスヨガ 打田郁恵	15:00~15:30  トランポリン	15:00~15:45 style up fit 新出恭平	15:00~15:30  ダンスフィットネス
16:00	16:00~16:30  キックボクシング	16:00~16:30  ヨガ	16:00~16:30  ダンスフィットネス	16:00~16:30  ピラティス/ヨガ	16:00~16:30  キックボクシング	16:00~16:30  キックボクシング	16:00~16:30  コアHIIT
17:00	17:00~17:30  ダンスフィットネス	17:00~17:30  ダンスフィットネス	17:00~17:30  究極HIIT	17:00~17:30  究極HIIT	17:00~17:30  究極HIIT	17:00~17:30  エアロビクス	17:00~17:30  ヨガ
18:00	18:00~18:30  コアHIIT	18:00~18:30  究極HIIT	18:00~18:30  トランポリン	18:00~18:30  ピラティス/ヨガ	18:00~18:30  エアロビクス	18:00~18:30  トランポリン	18:00~18:30  究極HIIT
19:00	18:45~19:15 BALANCE	18:45~19:15 整道	19:00~19:30  エアロビクス	19:00~19:45 ZUMBA hirona	18:45~19:15 整道	19:00~19:30  ダンスフィットネス	19:00~19:30  トランポリン
20:00	19:30~20:00 ファイト	19:30~20:15 ブートキャンプ	20:00~20:30  トランポリン	20:00~20:45 ボディメイク&ヨガ hirona	19:30~20:00 シェイプ	20:00~20:30  トランポリン	20:00~20:30  ダンスフィットネス
21:00	20:15~20:45 ウエストシェイプ	20:25~20:55 BALANCE	21:00~21:30  トランポリン	21:00~21:45 滝汗!! ファット バーンシェイプ 高橋純一	20:15~20:45 ファイト	21:00~21:30  エアロビクス	21:00~21:30  トランポリン
22:00	20:55~21:25 整道 お花の香り MASATO	21:00~21:30 休講	22:00~22:30  キックボクシング	22:00~22:30  キックボクシング	20:55~21:25 整道 MASATO	22:00~22:30  キックボクシング	22:00~22:30  キックボクシング
23:00	22:00~22:30  ダンスフィットネス	22:00~22:30  エアロビクス	23:00~23:30  ダンスフィットネス	23:00~23:30  コアHIIT	22:00~22:30  究極HIIT	23:00~23:30  ヨガ	23:00~23:30  ヨガ

【お知らせ】

FIT-AERO

